



Меню приготовления блюд
на "14" Января 2026 год.

Возрастная категория **ОВЗ, СВО с 7 до 11 лет**

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/Среда					
Завтрак							
	4	Огурцы соленные	60	1,26	3,76	9,73	64,28
	131	Плов из мяса птицы (филе)	180	11,50	16,25	41,27	353,00
	285	Чай с сахаром и лимоном	200	1,40	1,40	11,20	61,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за завтрак			500	17,16	21,91	86,50	600,28
Обед							
	54	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	210	1,72	4,24	12,42	96,92
	106	Тефтели из говядины с рисом	90	8,40	13,28	10,07	248,00
	173	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,20	6,90	35,90	239,00
	648	Кисель фруктовый	200	0,00	0,00	20,00	76,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	50	3,00	0,50	24,30	122,00
Итого за обед			700	21,32	24,92	102,69	781,92
Итого стоимость рациона							176,00

Технолог общественного питания: В.Н.Жонина

